

Tableau 1 Comparaison des différentes revues systématiques publiées en 2019-2020 portant leur attention sur l'influence de la STCC (modalité anodale) sur les performances en endurance et force musculaire chez des adultes en bonne santé

Revue systématique	Méta-analyse	Etudes incluses dans la synthèse qualitative (nombre de participants) et période d'analyse	Qualité des études	Résultats pour les variables de performance physique	Conclusion et interprétation
Holgado et al. [1]	X	-31 études (386 participants) dont 24 incluses dans la méta-analyse -Avant juillet 2018	échelle PEDro 8,9± 1,1	Global : G de Hedge de 0,36 (effet modéré)	Effet positif mais faible
Machado et al. [2]	X	-22 études (393 participants) dont 11 (236 participants) incluses dans la méta-analyse -Au 5 décembre 2017	Risque du biais (recommandations Cochrane) jugé faible pour la majorité des études. Environ 25% des études avec risque élevé de biais concernant la mise en aveugle de l'évaluation des résultats	Différence de moyenne avec contrôle aléatoire  -TTE : non significatif après avoir exclu une référence en cyclisme (poids de 85%) -FMV/couple pic : aucun effet significatif	-Preuves faibles lors d'application avant le test sur le cortex moteur en cyclisme -Aucun effet significatif lors d'application avant ou pendant l'exercice sur la force musculaire isométrique des membres supérieurs ou inférieurs. -Résultats mitigés sur la force musculaire en isocinétique
Alix-Fages et al. [4]	X	-31 études (390 participants) dont 23 incluses dans la méta-analyse  -Jusqu'en décembre 2018	échelle PEDro 7,2± 1,0	Différence de moyenne standardisée avec contrôle aléatoire	Effets modestes ; effets les plus importants lors d'exercice corps entier > 10 min.

Bornheim et al. [3]	-36 essais contrôlés randomisés (542 participants) -au 10/01/2020	échelle PEDro 6,78 ± 1,7	TTE : effet modéré FMV : Effet faible TTE : Effet positif pour (13/23 études) FMV: effet positif (8/19 études)	Amélioration des performances physiques envisageables
------------------------	---	-----------------------------	---	---

---

FMV : force maximale volontaire

TTE : temps maximal de contraction soutenue - endurance